00

序 是非要温柔

目 錄

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.I ～ P.XX	無	1 同行不是冤家	1.1 企業競爭激烈，人際關係緊張，如何讓人心情安定？
		2 可悲的「搶地盤」心態	2.1 不把市場看成是固定的，提供有需要卻還沒有出現的東西 2.2 重視「理念」與「方向」的分享
		3 「貪婪」與「進取」	3.1「貪婪」 3.2 轉「貪婪」為「進取」 3.3 關鍵在有無「同理心」
		4 同一個缸裡的金魚	4.1 我們都在同一條船上，需要「同舟共濟」的心 4.2 需要有「共同體」的情感
		5 不該心存僥倖	5.1 「立足點」最重要
		6「執著」與「捨得」	6.1 執著 6.2 捨得 6.3 以同理心為依歸 6.4 隨順「因緣」努力去作
		7「圓融」與「正直」	7.1 圓融必定是從正直出發 7.2 真正的圓融一定先講正直
		8 不計較小瑕小疵	8.1 不去計較小瑕小疵就是圓融。
		9「成長」與「節制」	9.1 成長與節制互為一體
		10 在安定中保持危機感	10.1 肯定這個世界是不安的、危險的、瞬息變化的
		11 山不轉路轉，路不轉人轉	11.1 認定這個社會，就是火災的現場，認清這個事實，才能夠擁有真正的安定。 11.2 山不轉路轉，路不轉人轉
		12 留得青山在，不怕沒柴燒	12.1 接受不成熟的因緣 12.2 因緣即是「客觀的、環境的自然因素」
		13 只要往前走，就永遠有路	13.1 換一個方向思考，可以對未來永遠抱著無窮的希望 13.2 只要往前走，就永遠有路
		14 相信自己的目標是正確的	14.1 聖嚴師父留日的目標 14.2 在眾人反對學費也不足夠的情況之下，毅然前往

		15 一邊替人念經一邊讀書	15.1 打擊之一 15.2 打擊之二 15.3 關鍵在信心與並不是為自己個人的名利
		16 金絲鳥與蜜蜂	16.1 正面的思考 16.2 從不絕望，面對不可知的前途，也完全沒有恐懼感
		17 中國人的特質	17.1 韌性、耐性，不輕言絕望是漢民族的特質 17.2 我們要學習西方的，是科技的精神和認真的態度
		18 入世與出世	18.1 儒家的入世、進取，與道家的清淨、無為都是中國人的民族性
		19 去「執著」，行菩薩道	19.1 道家思想 19.2 進入佛門就是要奉獻自己

00－序 是非要溫柔

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
PI~PII	無	1 同行不是冤家	1.1 企業競爭激烈，人際關係緊張，如何讓人心情安定？

1 同行不是冤家

1.1 企業競爭激烈，人際關係緊張，如何讓人心情安定？

1.1.1 真正的大企業家「以敵為友」。

1.1.1.1 成為帶動社會往前發展的動力 － 有人競爭，表示你做得很好，你跑得越快，跟上來的人越多。

1.1.1.2 發展自己的特色，有自己的生存空間 － 在跟著別人往前走的時候，思考自己的方向。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
PII~PIII	無	2 可悲的「搶地盤」心態	2.1 不把市場看成是固定的，提供有需要卻還沒有出現的東西 2.2 重視「理念」與「方向」的分享

2 可悲的「搶地盤」心態

2.1 不把市場看成是固定的，提供有需要卻還沒有出現的東西

〈例〉以佛教徒來說，與其只想搶信徒、搶市場，我們應該做的是提供「市場」裡「消費者」有需要而尚未出現的服務。

2.2 重視「理念」與「方向」的分享

〈例〉「心靈環保」、「人間淨土」的觀念已有很多地方沿用，並不限於佛教界。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
PIII~PIV	無	3 「貪婪」與「進取」	3.1「貪婪」 3.2 轉「貪婪」為「進取」 3.3 關鍵在有無「同理心」

3「貪婪」與「進取」

3.1「貪婪」

3.1.1 可以是帶動社會進步的動力

貪婪的動機，往往也能帶動社會更繁榮進步。

3.1.2 可以變成浪費、相互之間的傷害。

3.2 轉「貪婪」為「進取」

3.2.1 成為進步的動力

在追求名、利有所「得」的時候，不去傷害別人，不去損害社會。

3.3 關鍵在有無「同理心」

3.3.1 貪婪的「同理心」- 了解大家都有貪婪之心。

3.3.2 「同理心」的擴展 - 從人際關係的同理心擴充到社會層面，國家層面。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
PIV~PV	無	4 同一個缸裡的金魚	4.1 我們都在同一條船上，需要「同舟共濟」的心 4.2 需要有「共同體」的情感

4 同一個缸裡的金魚

4.1 我們都在同一條船上，需要「同舟共濟」的心

也像是同一個缸裡的金魚，若是有一條魚故意到處大便，弄得混濁不堪，自己也要受害的。

4.2 需要有「共同體」的情感

這顆小小的地球上的人，就像是同一個魚缸裡的金魚。需要都能有一份「同理心」，都能互相幫助、互相禮讓，互相給對方一條路走，我們的生活環境一定會更好。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
PV~PVI	無	5 不該心存僥倖	5.1 「立足點」最重要

5 不該心存僥倖

5.1 「立足點」最重要

5.1.1 腳踏實地，步步為營

不但規劃自己的方向，也能夠想到社會大眾的需要，這樣才能不斷往前走。

5.1.2 不重視立足點，害人害己

很多人做生意是「打了就跑」，賺了一筆就走人，這其實是在害自己，因為他失去了信譽，不管你跑到世界的哪個角落，大家都會知道你的不良紀錄。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
PVI~PVII	無	6「執著」與「捨得」	6.1 執著 6.2 捨得 6.3 以同理心為依歸 6.4 隨順「因緣」努力去作

6「執著」與「捨得」

6.1 執著

為自我的利益而放不下，為了個人的名利、權力而放不下、捨不得，老是把自己弄得痛苦不堪，這就是「執著」。為他人奉獻而堅持到底，叫作「毅力」、而非「執著」。

6.2 捨得 － 為他人而奉獻，就是「捨得」。

6.3 以「同理心」為依歸

不以自己的立場來認定他人、社會的需要。

6.4 隨順「因緣」努力去作

沒有我「一定要完成」的目標，環境許可時全力以赴，環境不許可時，也不勉強。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
PVII~PVIII	無	7「圓融」與「正直」	7.1 圓融必定是從正直出發 7.2 真正的圓融一定先講正直

7「圓融」與「正直」

7.1「圓融」必定是從「正直」出發

否則會變成「圓滑」、「鄉愿」、「沒有原則」，多半是於他人有害的。

7.2 真正的圓融一定先講正直

亦即有所為、有所不為，同時又能有一種包容性，更不會得理不饒人。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
PVIII	無	8 不計較小瑕小疵	不去計較小瑕小疵就是圓融。假如是大大的問題，就還是要處理了。

8 不計較小瑕小疵

不去計較「小瑕小疵」就是「圓融」。假如是大大的問題，就還是要處理了。

〈例〉若是一件事會讓自己損失一點沒有關係，要是損失的程度讓自己都不能生存，那就要去處理了。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
PIX~PX	無	9「成長」與「節制」	9.1 成長與節制互為一體

9「成長」與「節制」

9.1 成長與節制互為一體

就是步步為營，清清楚楚的往前走。因為懂得「節制」，才能成長，才能往前走。若是不知節制，就會發生危險。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
PX	無	10 在安定中保持危機感	10.1 肯定這個世界是不安的、危險的、瞬息變化的

10 在安定中保持危機感

10.1 肯定這個世界是不安的、危險的、瞬息變化的

既能夠安於現狀，也能時時在安定中，保持一份危機感，那麼不管面臨什麼樣的危機，都可以應付的。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
PXI~PXII	無	11 山不轉路轉，路不轉人轉	11.1 認定這個社會，就是火災的現場，認清這個事實，才能夠擁有真正的安定。 11.2 山不轉路轉，路不轉人轉

11 山不轉路轉，路不轉人轉

11.1 認定這個社會，就是火災的現場，認清這個事實，才能夠擁有真正的安定。

11.2 山不轉路轉，路不轉人轉

遇到困境，只能靠觀念的轉變。山不轉，路會轉；路不轉，人可以轉；如果連路都沒有了，往回看，還是有路的，所以人不轉，心也可以轉，觀念可以轉。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
PXII~PXIII	無	12 留得青山在，不怕沒柴燒	12.1 接受不成熟的因緣 12.2 因緣即是「客觀的、環境的自然因素」

12 留得青山在，不怕沒柴燒

12.1 接受不成熟的因緣

當客觀，環境的自然因素，都不允許我們完成某個目標時，我們就該退一步想想。

12.2 因緣即是「客觀的、環境的自然因素」

〈例〉三國演義的「萬事俱備，只欠東風」的東風即是緣，若是沒有東風之助，若是打了敗仗，就應該保全自己，重整旗鼓，重新再出發。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
PXIII~PXIV	無	13 只要往前走，就永遠有路	13.1 換一個方向思考，可以對未來永遠抱著無窮的希望 13.2 只要往前走，就永遠有路

13 只要往前走，就永遠有路

13.1 換一個方向思考，可以對未來永遠抱著無窮的希望

13.1.1 面對不成熟的因緣 – 找出別的因緣來促使他成熟

13.1.2 面對不成熟的時機 – 等待時機，用時間換取空間

13.2 只要往前走，就永遠有路 – 因果法則即是如此

13.2.1 很多人只能成功，不能失敗 – 這樣的人一旦碰到一次失敗，往往就會失去信心。

13.2.2 〈例〉聖嚴師父有很多的失敗經驗，但師父心裡並沒有非要成功不可，只給自己一個方向，因此遇到失敗的時候，並不把他看作失敗。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
PIV~PXV	無	14 相信自己的目標是正確的	14.1 聖嚴師父留日的目標 14.2 在眾人反對學費也不足夠的情況之下，毅然前往

14 相信自己的目標是正確的

14.1 聖嚴師父留日的目標

也就是師父的心願—把日本現代化的思想和學術體系學回來，提供給台灣。

14.2 在眾人反對，學費也不足夠的情況之下，毅然前往

但是也有一位工商界人士給了師父三封信，對象都是做大生意的華僑，這位人士說每一封信即是一筆豐厚的獎學金。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
PXV~PXVI	無	15 一邊替人念經一邊讀書	15.1 打擊之一 15.2 打擊之二 15.3 關鍵在信心與並不是為自己個人的名利

15 一邊替人念經一邊讀書

15.1 打擊之一

聖嚴師父到東京之後，沒多久就沒有錢了，便拿了信去求其中一位董事長，不但沒有得到支助，還被訓了一頓。於是聖嚴師父自立自強，開始去念經工讀。另兩封信從此再也沒有拿出來。

15.2 打擊之二

修讀博士學位的第二年，指導教授過世，再次陷於絕境，最後還是解決了。

15.3 關鍵在信心與並不是為自己個人的名利

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
PXVI~PXVII	無	16 金絲鳥與蜜蜂	16.1 正面的思考 16.2 從不絕望，面對不可知的前途，也完全沒有恐懼感

16 金絲鳥與蜜蜂

16.1 正面的思考

「我並不覺得當時拒絕資助我的董事長是在羞辱我，相反的，他是在教我生活的方法。我的師父對我也是如此，他對我的栽培是以「養蜂」的方式，使我有「自己覓食」的能力，而不是以「養金絲鳥」的方式，每天不費力氣就能吃飽喝足，我想自己不可能有今天。」

16.2 從不絕望，面對不可知的前途，也完全沒有恐懼感

「到日本唸書，只是想到把讀到的東西帶回來，回饋給國家。到了美國，也只是想把中國佛教好的東西帶給美國的社會。」

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
PXVII~PXVIII	無	17 中國人的特質	17.1 韌性、耐性，不輕言絕望是漢民族的特質 17.2 我們要學習西方的，是科技的精神和認真的態度

17 中國人的特質

17.1 韌性、耐性，不輕言絕望是漢民族的特質

〈例〉遇到低矮的屋簷，西方人會說：「這個屋簷太矮了，修理一下，否則我會撞到頭！」中國人剛好相反，他不但會彎腰走進去，假如必要，連用爬的他都要進去。

〈例〉韓信可以忍受胯下之辱，在西方人眼中是不可思議的。

17.2 我們要學習西方的，是科技的精神和認真的態度

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
PXVIII~PXIX	無	18 入世與出世	18.1 儒家的入世、進取，與道家的清淨、無為都是中國人的民族性

18 入世與出世

18.1 儒家的入世、進取，與道家的清淨、無為都是中國人的民族性

中國正統的政治思想是以入世的，進取的儒家思想為主；但是在無計可施、痛苦不堪時，卻得以「退而求其次」，放下一切，生活得很自在，這就是中國文化裡相當美、相當自然的、出世的道家思想。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
PXIX~PXX	無	19 去「執著」，行菩薩道	19.1 道家思想 19.2 進入佛門就是要奉獻自己

19 去「執著」，行菩薩道

19.1 道家思想－讓我們可以沒有名位、沒有錢財也無所謂，還是可以活得很自在。

19.2 進入佛門就是要奉獻自己

19.2.1 **奉獻自己** – 對眾生有利的，也就是自己的安身立命處，這是非常積極的態度。

19.2.2 **自我成長** – 佛教的修行方法，能使我們維持平靜，擁有一種「超越」的心情。一旦超越了自我的執著，就是「解脫」境界了。

19.2.3 **菩薩行、菩薩道** – 從奉獻之中達到無我，去執著，因為不為己，所以自在，道家的享受，在佛教中也是有的。這也就是人間淨土的建設者。

討論題目

1. 為什麼同行不是冤家？
2. 「貪婪」與「進取」的分際該如何拿捏？
3. 「執著」與「捨得」的分際如何釐清？
4. 「圓融」與「正直」是互相對立的嗎？
5. 為什麼我們要在安定中保持危機感？
6. 聖嚴師父說面對困境時，要有「山不轉路轉，路不轉人轉」的觀念，為什麼？
7. 聖嚴師父以自己留學日本及赴美弘法的遭遇過程為例，說明「只要往前走，就永遠有路」，請簡單說明？
8. 請說明何謂「養蜂」式的栽培方法？
9. 佛教是鼓勵積極進取，還是勸人消極避世呢？為什麼？
10. 佛教徒應如何去「執著」，行「菩薩道」？